◉同好会だより

★山の会

中高齢者が気になる健康長寿には、山歩きが最適です。山歩きをするには足腰が肝要、そのためには毎日の体操やウォーキングが欠かせません。

私自身こうして健康維持に努めていますが、この２，３年で一人での山歩きが不安となり同行者と共に山を歩いています。今から数年前、都内の山仲間が群馬県内のハイキングコースでメンバーと別れたあと行方不明となり、その後発見されました。事故原因は、登山道での滑落でした。その背景には持病がありましたが、仲間には知らせていませんでした。

中高齢者にとって山歩きは魅力的な遊びですが、生活圏とは異なる山中での行動は常に危険が隣り合わせです。それを解消するのは信頼できる仲間との行動です。私たち山の会には、日本百名山を踏破したベテランから移住してから山歩きを始めた方まで、多くの仲間が皆さんを待っています。北杜市周辺は山歩きには最適な環境が整っています。

私たちと一緒に山を歩きませんか。(○○○○)

事務局：○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

富士山をバックに竜ヶ岳山頂にて

八ヶ岳ふるさと倶楽部ホームページ
http://8furusato.hiho.jp
メールアドレス:member@8furusato.hiho.jp

★写真同好会「からまつ会」

長野県　紅葉湖（箕輪町）

からまつ会は、写真を通して会員相互の親睦を図りつつ、写真の腕を磨く事を目的として活動する同好会です。などと云う固い事はさておき、「普段着の写真」をモットーに今日も森に野に、時には腰や膝をさすりつつ山へ、あるいはご近所を散歩しながらシャッターを押しています。

年2回の撮影会（春、秋）では日帰りで近隣の撮影ポイントに出かけ和気藹々と撮影を楽しみ、「名物」に舌鼓を打つことも忘れません。

また例会では会員相互の作品鑑賞で盛り上がります。ふるさと倶楽部祭りでの作品展示の他、年 1 回の写真展（例年県立八ヶ岳自然ふれあいセンターで実施）で会員の作品紹介の場を設けると共に「一般社団法人だんだん会」の会報「だんだん便り」の表紙に会員の作品を提供し読者の皆様には好評を博しています。こんなからまつ会に皆様も参加してみませんか。(○○○○)

問い合わせ：○○○○○○○○○○○○○○○○○○

★第５６回映画を楽しむ会の開催（お知らせ）

上映作品：『禁じられた遊び』（1952 年、仏 86 分）
日時：2024 年 1 月 25 日（木）13：30 開会
会場：日野春学舎「談話室」参加費無料（飲み物等各自）
申し込み不要。（詳細はホームページに掲載）
問い合わせ：○○○○○○○○○○○○○
○○○○○○○○○○○○○
○○○○○○○○○○○○○

（以下広告・広告の問合せはホームページから）